

НЕМЕДИКАМЕНТОЗНАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ЖЕНЩИН В ПЕРИОД МЕНОПАУЗЫ В КОНЦЕПЦИИ ГЕРИАТРИЧЕСКИХ СИНДРОМОВ

Оленская Т.Л., Николаева А.Г., Валуш А.А., Руммо В.Е., Остапюк Е.С.

УО «Витебский государственный медицинский университет»

Введение. Физиологическое старение женщин, определяется не только тенденцией к увеличению продолжительности жизни и возрастанием роли женщин в социальной, политической и культурной жизни общества, но и увеличением частоты атипичных форм климактерических расстройств [1].

Взаимосвязь между менопаузальными «горячими приливами» и сердечно-сосудистыми заболеваниями свидетельствует о более значительном риске развития сердечно-сосудистой патологии у женщин с тяжелым течением климактерического синдрома [2]. Женщины чаще, чем мужчины, умирают от заболеваний сердечно-сосудистой системы в пожилом возрасте. Это связано с развитием у женщин в постменопаузе менопаузального метаболического синдрома [3].

Применение немедикаментозных способов профилактики и лечения сердечно-сосудистой патологии, несмотря на достаточно высокую эффективность и безопасность, пока не приобрело широких масштабов. В последние десятилетия большое внимание уделяется возможности использования в лечении различных видов гипокситерапии [4]. Получены данные, свидетельствующие об активации гонадного и внегонадного синтеза эстрогенов, что подтверждается положительной динамикой уровня гормонов в результате периодической гипобарической адаптации.

Цель. Выявить эффективность применения адаптация к барокамерной гипоксии и приема биологически активной добавки (БАД) («НИКА БЕТА-АЛАНИН») в реабилитации женщин в период менопаузы.

Методы. 23 пациентки с менопаузой, прошли курс периодической гипобарической адаптации. Средний возраст пациенток составил 47,8 лет (95% ДИ 45,02; 51,61). 18 женщин принимали БАД. Средний возраст пациенток составил 48,2 лет (95% ДИ 47,02; 53,1). Курс приема «НИКА БЕТА-АЛАНИНА» составил 2 месяца в дозе 500мг 1 раз в день после еды, запивая достаточным количеством жидкости. У всех женщин наряду с оценкой клинических изменений проводилась оценка модифицированного менопаузального индекса (ММИ), показателей гормонального, углеводного и липидного обменов.

Адаптацию больных к гипоксии осуществляли в Городском центре гипобарической терапии с помощью многоместной медицинской вакуумной установки «Урал - Антарес». Схема курса гипобароадаптации включала «ступенчатые подъемы» на высоту 1500 - 3500 метров над уровнем моря. Курс включал 20 сеансов.

Статистическая обработка материала проводилась Statgrafics(2007). Для анализа двух независимых выборок применялся Mann-Whitney test (U), для показателей в связанных выборках - критерий Wilcoxon (W). Результаты представлялись в виде медианы и интерквартильного интервала (Me, H, L). Различия считали достоверными при вероятности 95% ($p < 0,05$).

Результаты и обсуждение. На фоне проведения гипобарической адаптации отмечен выраженный клинический эффект. В течение первого месяца после лечения уменьшались клинические проявления менопаузального синдрома. Терапевтический эффект проявлялся в снижении частоты приливов жара, потливости у 16 женщин (69,5%) и исчезновению этих симптомов у 7 женщин (30,5%). У 19 (82,6%) пациенток уменьшилась выраженность таких симптомов, как сердцебиение, боли в области сердца,

онемение, зябкость, «ползание мурашек», плохая переносимость высокой температуры. Улучшение засыпания, качества сна, улучшение эмоционального состояния отмечали 20 (86,9%) женщин.

К концу курса ГБА выявлено снижение ММИ нейровегетативных нарушений на 39% ($p<0,01$), ММИ метаболических, психоэмоциональных нарушений и общего ММИ на 30% ($p<0,05$), на 55% ($p<0,01$) и на 18,9% ($p<0,01$) соответственно.

На фоне приема БАД отмечен положительный клинический эффект. К концу второго месяца приема БАД уменьшались клинические проявления менопаузального синдрома. Снизилась частота приливов, потливости у 12 женщин (66,6%) и исчезновению этих симптомов у 2 женщин (11,1%). У 7 (38,8%) пациенток уменьшилась выраженность таких симптомов, как сердцебиение, зябкость, «ползание мурашек». Улучшение эмоционального состояния отмечали все женщины, принимающие БАД.

К концу второго месяца приема БАД выявлено снижение ММИ нейровегетативных нарушений на 37% ($p<0,01$), ММИ метаболических, психоэмоциональных нарушений и общего ММИ на 20% ($p<0,05$), на 48% ($p<0,01$) и на 28,8% ($p<0,01$) соответственно.

Выводы. 1. Прием БАД «НИКА БЕТА-АЛАНИНА» не вызывают негативных клинических изменений.

2. Положительный клинический эффект ГБА и 2-хмесячного приема БАД «НИКА БЕТА-АЛАНИНА» проявился уменьшением выраженности нейровегетативных и психоэмоциональных проявлений климактерического синдрома, улучшением качества жизни женщин в постменопаузе.

Литература:

1. Медицина климактерия / под ред. В.П. Сметника. – Ярославль : ООО Изд-во Литера, 2009. – 848 с.

2. Байлина, М.И. Влияние интервальной гипоксической тренировки на психофизиологический статус больных климактерическим синдромом / М.И. Байлина, Е.С. Рощина, Н.В. Гуляева // Нур. Мед. J. – 1998. – Vol. 6, N 4. – P. 162–165.

3. Андреева, Е.Н. Менопаузальный метаболический синдром (клиника, диагностика, лечение) / Е.Н. Андреева. – М., 2007. – 62 с.

4. Качество жизни пациентов, прошедших курс прерывистой гипобарической адаптации / А.Г. Николаева [и др.] // Вестн. ВГМУ. – Т. 12, № 1. – С. 112–116.

УДК 796:61-057.87]:378.172

ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ЛЕЧЕБНОГО ФАКУЛЬТЕТА УО «ВГМУ»

Пахомчик В.В., Васёха А.А.

УО «Витебский государственный медицинский университет»

Введение. Одним из важнейших факторов для укрепления иммунитета и здоровья человека является физическая подготовка.

В данный момент к выпускникам медицинских учреждений образования предъявляются высокие требования в отношении их профессиональной подготовки, общего уровня развития, а также к состоянию здоровья [1]. Физическая подготовленность студентов значительно влияет на их работоспособность и успеваемость [2].

Цель. Оценить уровень физической подготовленности студентов первого курса лечебного факультета ВГМУ.

В ходе исследования решались следующие задачи:

1. Изучить уровень физической подготовленности студентов.